



## Trainingsplan für das Trainingslager vom 01.09. - 03.09.2017

### Freitag, 01.09.2017

17.30 – 18.30 Uhr	GS	Endrundentraining Standard (Nora Badura)
18.30 – 20.00 Uhr	GS	Training Standard (Martin Schmiel)
20.00 – 21.00 Uhr	GS	Pilates (Nora Badura)

### Samstag, 02.09.2017

09.00 - 10.30 Uhr	GS	Training Standard (Helga Thierse)
10.45 - 12.15 Uhr	GS	Training Standard (Helga Thierse)
	KS	Training Latein (Nora Badura)
12.30 - 13.45 Uhr		Mittagspause Hüttendomizil
14.00 - 15.30 Uhr	GS	Training Standard A,S (Nora Badura)
	KS	Training Ballett (Helga Thierse)
15.45 - 17.15 Uhr	GS	Training Standard D,C,B (Nora Badura)
	KS	Training Ballett (Helga Thierse)
17.30 - 18.30 Uhr	GS	Koordinationstraining (Nora Badura)
19.00 Uhr		Abendessen Trattoria Rossini Florastraße 96 (Ecke Wollankstraße)

### Sonntag, 03.09.2017

09.30 - 11.00 Uhr	GS	Training Standard (Axel Hunger)
11.15 - 12.45 Uhr	GS	Training Standard (Axel Hunger)
12.45 - 13.45 Uhr		Mittagspause Hüttendomizil
14.00 - 15.30 Uhr	GS	Training Standard (Axel Hunger)
15.45 - 17.15 Uhr	GS	Training Standard (Axel Hunger)